

12 Οκτωβρίου 2015

# **Σπιτικό αφρόλουτρο με βάση το γάλα!**

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Κακομάθετε τον εαυτό σας με ένα σπιτικό και άκρος χαλαρωτικό αφρόλουτρο με γάλα!

Συνταγή:

Βράστε σε κατσαρόλα 600 ml γάλα με 2 κουταλιές της σούπας αποξηραμένα άνθη λεβάντας ή καλέντουλας.

Στη συνέχεια, απομακρύνετε το μείγμα από τη φωτιά και αφήστε το να κρυώσει.

Σουρώστε το και στη συνέχεια προσθέστε το χυμό ενός λεμονιού. Όταν θα κάνετε το μπάνιο σας, άπλωσε το αφρόλουτρο με το σφουγγάρι σε όλο το σώμα.

Αφήστε το για 15 λεπτά και μετά ξεβγάλτε με άφθονο νερό.

**Πηγή:** [neadiatrofis.gr](http://neadiatrofis.gr)